



**دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین**  
**دانشکده بهداشت**

**عنوان**

**تأثیر مداخله آموزشی بر کاربرد مکانیسم های غلبه بر درد در بیماران زن مبتلا به میگرن**  
**شهرستان بندرانزلی**

**مجری**

**دکتر عیسی محمدی زیدی**

**سال ۹۸**

### چکیده:

**زمینه و هدف:** در کنار اثربخشی دارودرمانی، مشخص شده است که مداخلات رفتاری و کاربرد مکانیسمهای مقابله با درد منجر به کاهش پیامدهای سردردهای میگرنی میشود. هدف مطالعه کنونی، تعیین تأثیر آموزش بر اساس مدل مراحل آمادگی برای تغییر بر کاربرد مکانیسمهای غلبه بر درد در بیماران زن مبتلا به میگرن بود.

**روش تحقیق:** در این مطالعه تجربی، به روش نمونهگیری چند مرحله ای ۶۰ بیمار زن مبتلا به میگرن در قالب گروههای تجربی و کنترل مورد بررسی قرار گرفتند. دادهها قبل و ۲ ماه بعد از آموزش با استفاده از پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه راهبردهای مقابله ای، پرسشنامه خودکارآمدی درد، الگوریتم مراحل تغییر درد و مقیاس آگاهی جمع آوری شد. افراد گروه تجربی، ۵ جلسه آموزش گروهی ۶۰ دقیقه ای را به همراه پمفلت آموزشی هدفمند دریافت کردند. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS (ویرایش ۲۳) و با کمک آزمون های کای اسکوئر، تی زوجی و مستقل آنالیز شدند.

**یافته ها:** میانگین دفعات بروز، شدت و مدت سردردهای میگرنی بعد از مداخله در گروه تجربی بهبود یافت ( $P<0/05$ ). همچنین، به استثنای راهبرد ارزیابی مجدد و حمایت اجتماعی، میانگین دفعات کاربرد راهبردهای مقابله ای در گروه تجربی بعد از مداخله افزایش یافت ( $P<0/05$ ). علاوه بر این، میانگین نمره آگاهی و خودکارآمدی در بیماران گروه تجربی بعد از مداخله افزایش یافت ( $P<0/001$ ). همچنین، رتبه مراحل آمادگی بیماران گروه تجربی بعد از مداخله افزایش یافت و بیماران مراحل فعال آمادگی را گزارش کردند ( $P<0/01$ ).

**نتیجه گیری:** یافته های پژوهش بر اثربخشی آموزش مبتنی بر مراحل تغییر در بهبود استفاده از راهبردهای مقابله با درد و همچنین، کاهش دفعات، شدت و مدت سردردهای میگرنی تأکید می کند.

**واژه های کلیدی:** میگرن، راهبردهای غلبه بر درد، سردردهای مزمن، مراحل تغییر، آموزش، خودکارآمدی.